

## Советы психолога по активизации речи детей

### Массаж пальцев и кистей рук

У детей с задержкой речевого развития очень часто встречается недостаточность двигательной активности, в том числе и плохая координация мелкой моторики пальцев рук. Доказано, что активные движения пальцев рук, как бы подготавливают почву для последующего формирования речи.

Рекомендуется сочетать артикуляционную гимнастику с массажем кистей рук. Это благотворно сказывается как на развитие мелкой моторики, так и на общем развитии речи.

Целесообразно использовать следующие приёмы массажа: поглаживание, лёгкое растирание и вибрацию.

- Позиция массирующего - сидя на стуле. Массируемая рука свободно лежит на плотной поверхности стола.
- массажист располагается напротив ребёнка или несколько сбоку.
- Выполняется массаж одной рукой. Другой рукой фиксируют массируемую конечность.
- Массажные движения производятся в направлении от кончиков пальцев к предплечью.
- Продолжительность массажа - 3-5 мин.
- Проводить массаж можно ежедневно, или через день 10-12 сеансов за курс. При необходимости курс можно повторить 10-30 дней.
- Во время массажа можно слушать приятную классическую музыку.
- Для большей эффективности массажа можно сочетать его с пассивными и активными движениями кистей рук.

I тип движения:

Плоскостное поглаживание, всей ладонью.

Часть кисти: Тыльная сторона кисти

**Направление движения:** от кончиков пальцев до середины предплечья.

**II тип движения:**

щипцеобразное поглаживание, несколькими пальцами.

**Часть кисти:** каждый палец отдельно.

**Направление движения:** от кончика пальца к основанию по тыльной, ладонной и боковой поверхностям.

**III тип движения:**

Щипцеобразное круговое и прямолинейное растирание.

**Части кисти:** пальцы.

**Направление движения:** по ладонным и боковым поверхностям.

**IV тип движения:**

Круговое и прямолинейное растирание.

**Часть кисти:** тыльная и ладонная поверхности кисти.

**Направления движения:** от основания пальцев до запястья.

**V тип движения:** повторное поглаживание (см. выше)

**VI тип движения:**

Вибрация; пунктирование с помощью вибромассажёра.

**Часть кисти:** тыльная и ладонная поверхности кисти и пальцев.

**Направление движения:** от кончиков пальцев к запястью.

**VII тип движения:**

Повторное поглаживание (См. выше)

Завершается массаж пассивными или активными движениями пальцев. Активная пальчиковая гимнастика многократно описывалась в литературе. Вы можете использовать популярные упражнения с речевым сопровождением или без него, стихотворные тексты для развития мелкой моторики.

Начинать же лучше с пассивных упражнений.

## Пассивные упражнения

1. Рука ребёнка лежит на столе ладонью вниз. Одной рукой взрослый фиксирует её в лучезапястном суставе, другой рукой приподнимает верх до максимального положения поочередно каждый палец.
2. Рука ребёнка лежит на столе ладонью вверх. Придерживая её одной рукой, другой рукой взрослый поочередно сгибает пальцы ребёнка.
3. Рука ребёнка согнута в локтевом суставе, локоть опирается на стол. Рука ребёнка фиксируется взрослым так же в лучезапястном суставе. Свободной рукой взрослый производит поочередное круговое движение пальцев руки ребёнка.

## Самомассаж рук при подготовке детей к школе с речевыми нарушениями

Одним из эффективных направлений по подготовке детей с речевыми нарушениями к письму, является самомассаж рук. Мы учим детей самостоятельно делать себе массаж предплечья, кистей и пальцев рук. Под воздействием не сложных массажных упражнений достигается нормализация мышечного тонуса, происходит стимуляция тактильных ощущений, а также под воздействием импульсов, проходящих в коре головного мозга от двигательных зон, к речевым, благоприятно развивается речевая функция. Самомассаж обеих рук благотворно влияет на развитие речевых зон в обоих полушариях. Психоневрологи советуют, давать всю интеллектуальную нагрузку только на фоне «разогретых рук».